

PSYCHOLOGIA ROZWOJOWA, 2011 \* tom 16, nr 1  
s. 41–55

# Styl przywiązania młodych kobiet a ich satysfakcja z życia w różnych fazach rozwoju rodziny

ALICJA MALINA

Instytut Psychologii  
Uniwersytet Kazimierza Wielkiego  
Bydgoszcz

## STRESZCZENIE

*Celem prezentowanych analiz było ukazanie związku między stylami przywiązania partnerów w różnych fazach rozwoju rodziny i ich satysfakcji z życia. Przeprowadzono badania z udziałem 180 kobiet w fazach narzeczeństwa, kształtowania się więzi małżeńskiej oraz rozwoju postaw rodzicielskich. Do badań zastosowano Kwestionariusz Stylów Przywiązania autorstwa Mieczysława Plopy oraz Skalę Satysfakcji z Życia SWLS w adaptacji Zygfrida Juczyńskiego.*

*Analizy statystyczne wykazały związek bezpiecznego stylu przywiązania z satysfakcją z życia na wszystkich etapach rozwoju rodziny, przy czym odnotowano wzrost znaczenia bezpiecznego stylu przywiązania w kolejnych fazach rozwojowych. Unikowy styl przywiązania okazał się związany z satysfakcją z życia wśród narzeczonych i kobiet w fazie rozwoju postaw rodzicielskich. Satysfakcja z życia spada wraz ze wzrostem poziomu tego stylu przywiązania i podobnie jak w wypadku stylu bezpiecznego siła jego związku z satysfakcją rośnie na kolejnych etapach rozwoju rodziny. Styl lękowo-ambiwalentny jest negatywnie skorelowany z satysfakcją w życiu jedynie w okresie kształtowania się więzi małżeńskiej.*

**Słowa kluczowe:** styl przywiązania, satysfakcja z życia

## WPROWADZENIE

Więź, jaką jest przywiązanie między ludźmi, można przedstawić w postaci kontinuum ze względu na konsekwencje dla ich rozwoju i funkcjonowania, wynikające z relacji przywiązania, w której jest się zarówno przedmiotem, jak i obiektem przywiązania. Przywiązanie, jakim obdarzamy drugą osobę, ma przemożny wpływ na **nasze samopoczucie**. Może prowadzić do tego, że będziemy się czuli bardzo źle lub może wywołać w nas uczucie szczęścia i poczucie spełnienia.

Przywiązanie stanowi złożoną, społeczną interakcję, która tworzy się między dzieckiem i opiekunem lub między dorosłymi w trakcie bezpośredniego kontaktu. Rudolph Schaffer definiuje termin przywiązanie jako „długotrwały, emocjonalny związek z konkretną osobą” (Schaffer, 2007, s. 123). Zdrowe, bezpieczne przywiązanie będzie tak znacząco wpływać na poziom rozwoju jednostki, ponieważ stymuluje ono do nawiązywania relacji i pozwala eksperymentować z emocjami i zachowaniami. Przywiązanie pozabezpieczne działa hamująco na rozwój, gdyż lęk, cechujący osoby o takim stylu przywiązania, ogranicza swobodne funkcjonowanie i korzystanie z całego repertuaru potencjalnych zachowań.

Pomimo wcześniejszych prób konceptualizacji pojęcia przywiązania i badania wczes-

nych relacji z matką, za osobę, która najbardziej przyczyniła się do jego zaistnienia we współczesnej psychologii, uważa się Johna Bowlby'ego. W 1969 roku opublikował on książkę *Attachment*, która skupiła uwagę środowiska psychologów na problemie przywiązania. Jego teoria przywiązania stała się podstawą analizy wczesnej relacji przywiązaniowej z matką i jej wpływu na rozwój społeczny w ciągu życia. Głównym założeniem i punktem wyjścia teorii Bowlby'ego był fakt, iż – jak wynikało z wielu wcześniej przeprowadzonych obserwacji – utrata figury matczynej w niemowlęctwie lub wczesnym dzieciństwie skutkuje prawie bez wyjątku objawami psychopatologicznymi (Bowlby, 2007).

### **Przywiązanie w dzieciństwie a przywiązanie do partnera**

Bowlby doszedł do wniosku, że trzy pierwsze lata życia stanowią dla dziecka okres krytyczny, po upływie którego nawiązanie kontaktu w postaci przywiązania staje się praktycznie niemożliwe. Postawił także hipotezę, iż w toku rozwoju dziecka dochodzi do internalizacji doświadczeń wyniesionych z kontaktów z opiekunem, które w ten sposób stają się prototypem dla późniejszych relacji z innymi osobami. W ramach, wytworzonej przez dziecko, mniej lub bardziej prymitywnej mapy poznawczej „przedzaj lub później pojawia się wyobrażenie matki jako niezależnego obiektu, stałego w czasie i przestrzeni i poruszającego się na kontinuum czasowo-przestrzennym w dość przewidywalny sposób” (Bowlby, 2007, s. 301). Kształtują się tym sposobem tak zwane wewnętrzne modele operacyjne, czyli struktury poznawcze, które stanowią dla dziecka wewnętrzną reprezentację emocji i wzajemnych relacji z figurą matki. Jak pisze Bowlby, gdy zostaną one już ustanowione, zaczynają kierować wszystkimi kolejnymi bliskimi relacjami, w jakie wchodzimy w ciąg życia.

Bowlby w swoich pracach korzystał z klasyfikacji dotyczącej trzech typów relacji przywiązania: bezpiecznego, lękowo-ambiwalentnego i unikającego (Bowlby, 2007), stworzonej przez Mary Ainsworth.

Bezpieczny styl przywiązania kształtuje się, jeśli matka wykazuje wrażliwość na potrzeby dziecka, przede wszystkim na potrzebę kontaktu. Dzięki temu dziecko nabywa poczucia bezpieczeństwa w relacjach z otoczeniem i charakteryzuje je wiara w siebie i spora niezależność. Dzieci są aktywne podczas zabawy, a w sytuacji separacji łatwo dają się pocieszyć. Ten styl przywiązania reprezentowało 70% spośród badanych przez Ainsworth dzieci.

Styl lękowo-ambiwalentny zostaje wykształcony wówczas, gdy matka nie reaguje w sposób konsekwentny na potrzebę kontaktu dziecka. Powoduje to, że dziecko staje się niespokojne i lękliwe. Charakteryzuje się ciągłą wzmożoną czujnością, gdyż obawia się rozstania z matką. Każde pojawienie się obiektu przywiązania może wywołać u takich dzieci dwa rodzaje reakcji: ulgę lub złość. Za sprawą zaburzonej relacji z matką wykazują one większą aktywność ukierunkowaną na budowanie więzi niż eksplorację otoczenia, co hamuje ich rozwój. W efekcie dziecko takie staje się bierne i zależne od innych oraz brakuje mu wiary w siebie. Dzieci charakteryzujące się tym typem przywiązania mają trudności w radzeniu sobie ze stresem, są zagubione i lękliwe.

Kiedy figura matki jest ciągle niedostępna dla dziecka, kształtuje się unikający styl przywiązania. Dochodzi do tego przede wszystkim wtedy, gdy dziecko nie doświadcza kontaktu z matką w sytuacji postrzeganej przez nie jako zagrażająca. W odpowiedzi na ignorujące zachowanie matki dziecko zaczyna także unikać kontaktu z nią. Do eksploracji otoczenia motywuje takie dzieci nie chęć poznawania świata, ale chęć ucieczki od obiektu przywiązania. Dzieci charakteryzujące się tym typem przywiązania mają trudności w radzeniu sobie ze stresem, są zagubione i lękliwe. Rozłąka z matką nie jest wcale najczęstszym źródłem ich negatywnych emocji (Franken, 2005).

Jak wcześniej już sygnalizowano, wczesne doświadczenia związane z relacjami z matką stanowią pierwowzór wszystkich pozostałych relacji społecznych. Ustalono w czwartym stadium rozwoju przywiązania modele operacyjne kierują zachowaniem dziecka we wszystkich kolejnych bliskich relacjach mię-

dzyludzkich. Funkcjonują one poza świadomością i z czasem nabierają coraz bardziej stabilnego charakteru. „Owe modele reprezentacji mają tendencję do utrzymywania się w stanie względnie niezmiennym. Wpływają one zasadniczo na zachowanie się jednostki, która osiągnęła wiek dojrzały, nawet wtedy, gdy warunki życia uległy radykalnej zmianie” (Zazzo, 1987, s. 227). Dostarczają reguł, jakimi człowiek ma kierować się zarówno w zakresie uczuć, jak i zachowania wobec ważnych dla niego osób (Schaffer, 2007). Choć wewnętrzne modele relacji interpersonalnych mogą podlegać rozwojowym zmianom w ciągu życia, rozległość wpływów wczesnych doświadczeń jest jednak tak ogromna, że są one uważane za podstawę kształtowania się podmiotowych zasobów jednostki.

Zdrowe, bezpieczne przywiązanie będzie tak znacząco wpływać na poziom rozwoju jednostki, ponieważ stymuluje ono do nawiązywania relacji i pozwala eksperymentować z emocjami i zachowaniami. Przywiązanie pozabezpieczne działa hamująco na rozwój, gdyż lęk, cechujący charakteryzujące się tym stylem przywiązania osoby, ogranicza swobodne funkcjonowanie i korzystanie z całego repertuaru potencjalnych zachowań (Salovy, Sluyter, 1999).

### Przywiązanie w dorosłości

W świetle literatury przedmiotu zasadne jest uznanie tezy, że najważniejszą osobą, która nie należy do naszej rodziny pochodzenia, a do której przywiązujemy się w tak znacznym stopniu jak do rodziców, jest współmałżonek (Plopa, 2005a).

W 1987 roku badacze Phillip Shaver, Cindy Hazan i Donna Bradshaw rozpoczęli badania nad miłością rozumianą jako wzajemne przywiązanie. Postulowali oni, że podobnie jak dzieci, także dorośli zaangażowani w stały związek, będą reprezentować jeden z trzech stylów przywiązania wyróżnionych przez Ainsworth. Zakładali, że modele operacyjne są stosunkowo odporne na zmiany i mają charakter informacyjny; z tego powodu określają funkcjonowanie dorosłych w bliskich relacjach (Plopa, 2005a).

Shaver i Hazan przeprowadzili badania, w których na zasadzie autoidentyfikacji osoby biorące w nich udział miały określić, z jakim stwierdzeniem się utożsamiają. Na tej podstawie klasyfikowali osoby badane jako reprezentujące jeden z trzech stylów przywiązania: bezpieczny, lękowo-ambiwalentny lub unikowy. Na podstawie wyników badań stwierdzili, że istnieje zbieżność stylów przywiązania dzieci i dorosłych. Potwierdziły to także badania podłużne przeprowadzone na 12-miesięcznych dzieciach, a następnie na tych samych osobach po 20 latach. Badania wykazały, że w 72% reprezentowany styl przywiązania był ten sam (Waters i in., 1995, za: Wojciszke, 2005). Analizując wyniki różnych badań, autorzy doszli do wniosku, że styl przywiązania w dorosłych związkach romantycznych jest powtórzeniem stylu przywiązania z dzieciństwa (choć nie jest to nieuchronne). Dorośli ludzie, których w dzieciństwie łączył z rodzicami związek o charakterze bezpiecznym, tworzą dojrzałe, trwałe i pełne zaufania związki. Osoby o stylu unikającym tworzą najmniej satysfakcjonujące związki, gdyż dochodzi u nich do zaprzeczania własnej potrzeby więzi i nie potrafią zaufać partnerowi. Dorośli, którzy doświadczili w dzieciństwie ambiwalencji ze strony rodziców, chcą zbliżyć się do partnera, ale hamuje ich lęk przed brakiem wzajemności.

W świetle powyższych rozważań zasadne jest przypuszczenie, że osoby, które podobnie jak dzieci badane przez Ainsworth posiadają tak zwaną bezpieczną bazę, będą pewniej i spokojniej poznawać świat i uczyć się. Osoby, które czują się w świecie pewnie i bezpiecznie, chętniej oddają się ćwiczeniu pewnych umiejętności, gdyż nie obawiają się niepowodzenia, i chętniej podejmują wyzwania. Osoby lękowe natomiast wykazują trudności w podejmowaniu takich ćwiczeń, a co za tym idzie mają trudności w osiągnięciu określonych umiejętności i satysfakcji z ich realizacji.

### Fazy rozwoju rodziny

Jak już zostało powiedziane, najważniejszą osobą, która nie należy do naszej rodziny pochodzenia, a do której przywiązujemy się

w tak znacznym stopniu jak do rodziców, jest współmałżonek (Plopa, 2005a) lub partner w przypadku związków kohabitacyjnych.

Rodzina jest definiowana jako system, który charakteryzują: konkretna struktura, zestaw reguł określających interakcje w danym systemie rodzinnym i obowiązki, jakie wypełniać muszą jej członkowie wobec siebie wzajemnie w związku z zajmowaniem określonego miejsca w systemie (Plopa, 2005a). Wśród strukturalnych właściwości systemu rodzinnego Mieczysław Plopa (2005a) wymienia całościowość, organizacyjną złożoność i (co w tym miejscu najistotniejsze) współzależność. Współzależność jest definiowana jako cecha, która sprawia, że osoby wchodzące w skład systemu rodzinnego są od siebie wzajemnie uzależnione i wpływają na siebie. Nawet gdy z perspektywy obserwatora jakiś czynnik zewnętrzny wydaje się wpływać tylko na jeden z elementów systemu rodziny, w rzeczywistości oddziałuje on na wszystkich jego członków pośrednio poprzez osobę, na którą miał wpływ bezpośredni. Przywiązanie także ma charakter wzajemny, a zatem jest prawdopodobne, że określony styl przywiązania jednego ze współmałżonków będzie odwzajemniony przez drugiego z nich. W związku z tym można przypuszczać, że wspomniana współzależność ujawni się również w rozwoju kompetencji społecznych osób pozostających w stałym związku (Wojciszke, 2005). Według psychologów i socjologów rodzina stanowi podstawową grupę pierwotną, która jest dla dziecka pierwszym i podstawowym miejscem rozwoju i uspołecznienia (Sztompka, 2005). Z jednej strony stanowi małą autonomiczną strukturę, a z drugiej ulega silnym wpływom zewnętrznym. Jej członkowie współdziałają z sobą na podstawie wspólnych zobowiązań i oczekiwań. Człowiek, wchodząc w związek małżeński, staje się członkiem nowego systemu. Tworzy małżeństwo – uznane za załączek nowej rodziny, w którym ustalone zostają nowe reguły postępowania i nowe sposoby realizacji potrzeb. W skład tej rozwijającej się rodziny wchodzić będą mąż, żona i ich dzieci.

Większość rodzin przechodzi przez pewne uniwersalne stadia rozwojowe. Za Laskow-

skim (1987, za: Gurba, 2005) można wyróżnić pięć faz rozwoju rodziny:

1. Narzeczeństwo – od poznania się do ślubu lub do momentu podjęcia decyzji o wspólnym życiu;
2. Faza kształtowania się więzi małżeńskiej między dwojgiem ludzi (do momentu narodzin ich pierwszego dziecka);
3. Rozbudowywanie i rozwój postaw rodzicielskich (do momentu osiągnięcia przez dzieci dojrzałości);
4. Faza wzajemnego partnerstwa rodzinnego (rodzice mieszkający z samodzielnymi i samowystarczalnymi dziećmi);
5. Faza pustego gniazda (po opuszczeniu domu przez dzieci) (Gurba, 2005).

W kolejnych fazach w rozwoju życia rodzinnego więź przywiązaniowa między partnerami ulega zmianom rozwojowym, jednak na pierwszy plan, począwszy od fazy trzeciej, wysuwają się zadania rozwojowe związane z rodzicielstwem. Trzy pierwsze fazy przypadają zwykle na interesujący mnie okres wczesnej dorosłości.

### **Styl przywiązania a satysfakcja z życia i dobrostan**

Wzajemna relacja pomiędzy mężem a żoną będzie wpływać na ich rozwój indywidualny, pośrednio oddziałując również na charakter ich dalszych relacji emocjonalnych. Wiąże się to przede wszystkim z otwartością partnerów na świat zewnętrzny.

Badacze wskazują, że przywiązanie określa wiele sfer życia człowieka, w tym jego stosunek do pracy. I tak, dorośli o bezpiecznym stylu przywiązania postrzegają świat jako źródło satysfakcji, czerpią więcej radości z pracy i mniej obawiają się ocen społecznych, natomiast dorośli lękowo-ambiwalentni traktują pracę jako aktywność ukierunkowaną na poszukiwanie akceptacji i między innymi z tego powodu nie lubią pracować samotnie, zaś dorośli reprezentujący unikający styl przywiązania traktują pracę jako ucieczkę przed niepożądanymi kontaktami społecznymi (Franken, 2005).

Styl przywiązania ujawniający się w trakcie „chodzenia z sobą” stanowi dobry predy-



kator trwałości związku i czerpanej z niego przez partnerów satysfakcji (Aronson, Wilson, Akert, 2006). Na podstawie wielu badań (miedzy innymi Mikulincer i Nachshon, 1991, za: Kuczyńska, 1998) wywnioskowano, że przejawiany styl przywiązania generalnie wpływa na jakość zawiązywanych związków, na ufność, jaką obdarzamy osoby i sytuacje.

Wyniki wcześniejszych badań ukazują wpływ przywiązania na jakość życia w małżeństwie (Plopa, 2005b). Przykładowo w badaniach dotyczących godzenia życia zawodowego z rodzinnym w zależności od reprezentowanego stylu przywiązania wykazano, że mężczyźni o bezpiecznym stylu przywiązania mają mniej obaw związanych z pracą niż mężczyźni reprezentujący pozostałe style, natomiast kobiety o stylu lękowym wykazywały większe trudności z godzeniem ról zawodowych i rodzinnych i czerpały mniejszą satysfakcję z pracy zawodowej (Vasquez i współpracownicy, 2002, za: Plopa, 2005b). Inne badania wykazały, że osoby bezpiecznie przywiązane do partnera aktywnie działają w kierunku poprawy jego dobrostanu, w przeciwieństwie do reprezentantów pozostałych stylów, którzy biernie czekają na okazanie przez partnera wsparcia. Te same badania wykazały, że osoby bezpiecznie przywiązane darzą partnera dużym zaufaniem, a w sytuacji, gdy zostaną zawiedzione przez niego, otwarcie rozmawiają o tym z partnerem. Osoby lękowe i unikające nie darzą partnerów zaufaniem, a od związku oczekują przede wszystkim poczucia kontroli (unikający) i poczucia bezpieczeństwa (lękowi). Osoby lękowe w przypadku nadużycia zaufania przez partnera zamartwiają się, natomiast unikające dystansują się (Mikulincer, 1998 za: J. Rostowski, 2003). Badania Jeffry'ego Simpsona i współpracowników z 2002 roku wykazały z kolei, że kobiety o bezpiecznym stylu przywiązania modyfikują sposób udzielania wsparcia partnerowi w zależności od sytuacji. Steven Rholes (1999 za: J. Rostowski, 2003) w swoich badaniach wykazał natomiast, że unikający styl przywiązania, zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn, sprzyja ekspresji gniewu. Percepcja związku jako bardziej szczęśliwe-

go oraz trwałego także jest większa w związkach, w których partnerzy są do siebie przywiązani bezpiecznie (Weiss, Levy i inni, 1998, za: J. Rostowski, 2003). Wiele badań wskazuje także na inne pozytywne aspekty zachowania partnerskiego wiążące się z bezpiecznym stylem przywiązania, takie jak: większa uступliwość, kooperatywność, wrażliwość, uczuciowość otwartość i konstruktywna komunikacja.

Ogólnie większa liczba małżeństw deklaruje wysoki bądź też umiarkowany poziom satysfakcji z małżeństwa (Plopa, 2005a). Na podstawie badań CBOS prezentowanych w czerwcu 1999 roku przedstawione zostało zadowolenie Polaków w różnych sferach życia, w tym satysfakcja z małżeństwa. Porównywano lata: 1994, 1997 oraz 1999. I tak, osób zadowolonych ze swojego małżeństwa w poszczególnych latach było odpowiednio: 83%, 84% oraz 82%, średnio zadowolonych: 11%, 10% oraz 10%, natomiast niezadowolonych 5%, 5% oraz 6% (opracowanie własne na podstawie [www.cbos.pl](http://www.cbos.pl)).

Bogdan Wojciszke (2004), powołując się na badania przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych oraz Wielkiej Brytanii, przedstawia zmiany, jakie zachodzą w poziomie satysfakcji z małżeństwa na przestrzeni cyklu rozwoju rodziny. W pierwszej fazie cyklu rozwojowego rodziny satysfakcja z małżeństwa jest wysoka. Początkowo wysoki poziom satysfakcji z małżeństwa bardzo szybko ulega silnemu obniżeniu. Tendencja ta często jest wiązana z przyjściem na świat dzieci. Małżonkowie (a w szczególności żony) pochłonięci opieką nad niemowlęciem, mają o wiele mniej czasu dla siebie nawzajem, jak i każdy z nich dla samego siebie. Spadek ten odnotowuje się aż do momentu, kiedy dzieci zaczynają wchodzić w wiek dorastania. Podobne wnioski dotyczące zmian w poziomie satysfakcji z małżeństwa, w początkowych fazach cyklu rozwoju rodziny, przedstawia Maria Braun-Gałkowska (1999, za: Wojciszke, 2004). Jeżeli chodzi o początkowe fazy cyklu rozwoju rodziny, dane przedstawiane przez autorkę są zbieżne z prezentowanymi przez Wojciszke. Początkowo wysoki poziom satysfakcji

z małżeństwa ulega obniżeniu wówczas, gdy na świat przychodzi potomstwo. Spadek ten jest również tłumaczony tym, że małżonkowie poświęcają dużo własnego czasu opiece nad dziećmi. Obniżenie satysfakcji z małżeństwa w tym okresie można również tłumaczyć pogorszeniem się sytuacji finansowej rodziny. Kiedy rodzinie uda się poradzić sobie z tymi trudnościami, poziom satysfakcji z małżeństwa wzrasta. Potwierdzeniem przedstawionych przez Wojciszke badań mogą być badania Boyda Rollinsa i Harolda Feldmana (1970, za: Boyd, Bee, 2008), które wykazują obniżenie się satysfakcji z małżeństwa po narodzinach pierwszego dziecka.

Wyniki badań wskazują, że odmienne style przywiązania także łączą się z różnym poziomem satysfakcji z małżeństwa. W badaniach przeprowadzonych przez Plopę (2005a) wzięły udział 682 kobiety oraz 649 mężczyzn. Uzyskał on potwierdzenie zależności satysfakcji z małżeństwa i lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania. Zależność była wyjaśniana poprzez fakt, że osoby charakteryzujące się lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania mogą mieć trudności z nawiązywaniem relacji w bliskich związkach.

## BADANY PROBLEM

Nie prowadzono do tej pory badań na temat związku stylu przywiązania do partnera z poziomem ogólnej satysfakcji z życia. Zgodnie z wynikami wcześniejszych badań, kobiety zdają się bardziej wrażliwe na styl przywiązania do partnera. U kobiet, zarówno w okresie wczesnej, jak i średniej dorosłości, zaznacza się silniejszy pozytywny wpływ bezpiecznego stylu przywiązania na ich kompetencje społeczne niż u mężczyzn. Są także w obu okresach rozwojowych wrażliwsze na negatywne oddziaływanie pozabezpiecznego stylu przywiązania na poziom kompetencji społecznych.

Celem badań jest poznanie związku pomiędzy reprezentowanym przez kobiety w różnych fazach rozwoju rodziny stylem przywiązania do partnera a poziomem ich satysfakcji z życia. Badanie pozwoli na zweryfikowanie

hipotez o istnieniu zależności między stylem przywiązania i satysfakcją z życia w różnych fazach rozwoju rodziny.

## METODA BADANIA

Przebadano 180 kobiet w okresie wczesnej dorosłości (20–35 lat, za: Gurba, 2005). Badane osoby znajdowały się w następujących fazach rozwoju rodziny: – narzeczeństwa; kształtowania się więzi małżeńskiej między dwojgiem ludzi; rozbudowywania i rozwoju postaw rodzicielskich. Zgodnie z tym kryterium dobrano trzy grupy, liczące po 60 osób.

Zmienna niezależna – styl przywiązania – badana była za pośrednictwem Kwestionariusza Stylów Przywiązania Mieczysława Plopy. Rozróżniam za Plopą (2005a) trzy poziomy zmiennej niezależnej: styl bezpieczny (**B**), styl lękowo-ambiwalentny (**LA**) oraz styl unikowy (**U**). Operacjonalizacji zmiennej niezależnej dokonano na podstawie sumy punktów uzyskanych przez osoby badane w poszczególnych skalach Kwestionariusza Stylów Przywiązania zgodnie z wzorcem opracowanym przez autora kwestionariusza.

Kwestionariusz do badania stylów przywiązania składa się z 24 stwierdzeń (po osiem w każdej z podskal odpowiadających trzem stylom przywiązania), do których badany ma się ustosunkować na siedmiostopniowej skali, gdzie jeden oznacza „zdecydowanie się nie zgadzam”, a siedem – „zdecydowanie się zgadzam”. Wyniki każdego pomiaru należy traktować odrębnie, a szczególną uwagę skupić na tych wykraczających poza 5–6 sten (wyniki przeciętne). Wyniki w trzech stylach mogą z sobą współwystępować i należy je interpretować oddzielnie.

Rzetelność poszczególnych wymiarów Kwestionariusza Stylów Przywiązania wynosi 0,91 dla stylu bezpiecznego, 0,78 dla stylu lękowo-ambiwalentnego i 0,80 dla stylu unikającego. Dane te mówią o wysokiej rzetelności narzędzia. Trafność została określona na podstawie szacowania interkorelacji poszczególnych skal oraz sprawdzania różnic międzygrupowych, co pozwoliło stwierdzić zgodność treściową wymiarów z wynikami.

Ocena własna satysfakcji z życia (**SWLS**) – zmienna zależna – definiowana była jako „ogólna wykorzystana ocena jakości życia odniesiona do wybranych przez siebie kryteriów” (Juczyński, 2001, s. 134) i badana za pomocą Skali Satysfakcji z Życia w adaptacji Zygryda Juczyńskiego. Wykorzystana adaptacja skali satysfakcji z życia zawiera 5 twierdzeń, do których badani mają przypisać punkty od 1 do 7, gdzie 1 oznacza „zupełnie się nie zgadzam”, a 7 – „całkowicie się zgadzam”. Suma punktów przypisanych do wszystkich twierdzeń (przeliczona na skali) mówi o poziomie satysfakcji z życia osób badanych.

Zastosowane w dalszej części opracowania skróty dotyczące analizowanych zmiennych należy interpretować odpowiednio jako: B – bezpieczny styl przywiązania, LA – lękowo-ambiwalentny styl przywiązania, U – unikowy styl przywiązania oraz SWLS – satysfakcja z życia.

### Pytania i hipotezy badawcze

Przedmiotem badań był związek między stylem przywiązania młodych kobiet w różnych fazach rozwoju rodziny a ich satysfakcją z życia. Badany problem został wyrażony w postaci następujących pytań badawczych:

– Czy istnieje związek między stylem przywiązania kobiet do partnera a poziomem ich satysfakcji z życia?

– Jeśli istnieje znaczący związek między stylem przywiązania do partnera a satysfakcją z życia, to czy związek stylu przywiązania i satysfakcji z życia jest różny w kolejnych fazach rozwoju rodziny?

Na podstawie pytań badawczych sformulowano następujące hipotezy:

**Hipoteza ogólna:** Istnieje istotny związek między stylem przywiązania do partnera a poziomem satysfakcji z życia kobiet.

Ze względu na występowanie specyficznych faz rozwoju rodziny przypuszcza się, że związek między zmiennymi stylu przywiązania i satysfakcji z życia w poszczególnych fazach może być odmienny.

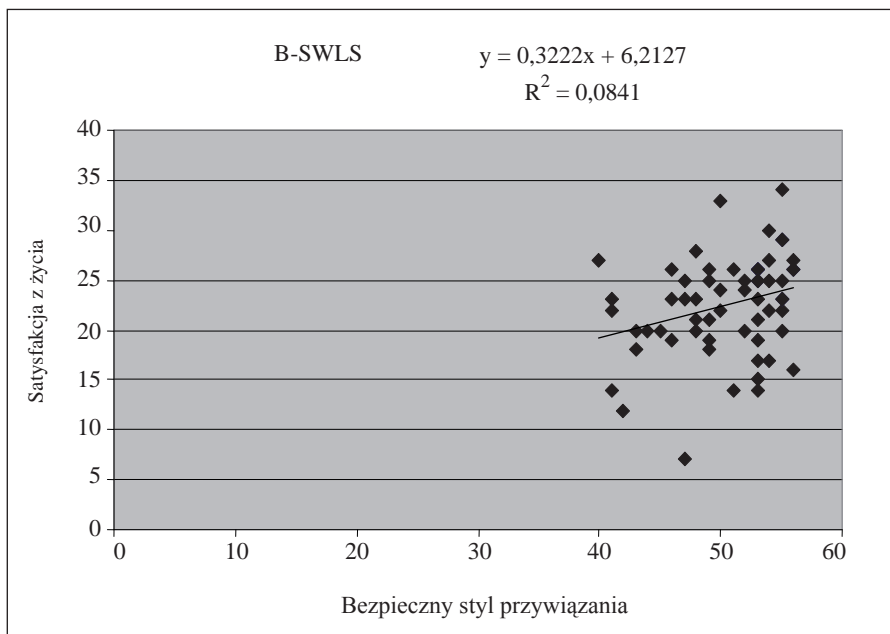
### WYNIKI BADANIA

#### Grupa I. Kobiety w fazie narzeczeństwa

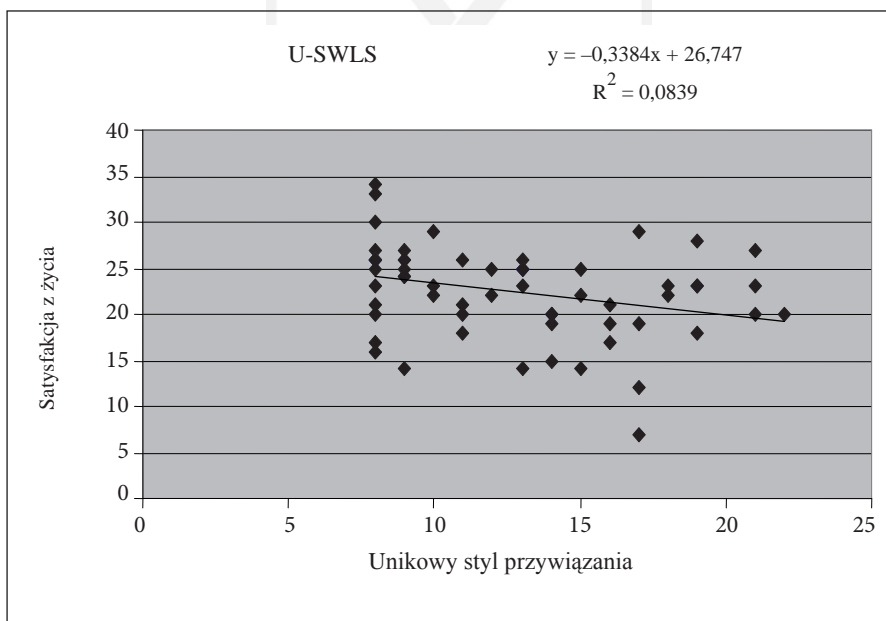
Analiza statystyczna wyników grupy kobiet w fazie narzeczeństwa wykazała, że istnieje związek między stylem przywiązania do partnera a poziomem satysfakcji z życia kobiet. Im wyższy poziom bezpiecznego stylu przywiązania do partnera, tym wyższy poziom satysfakcji kobiet. Z kolei wraz ze wzrostem lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania oraz unikowego stylu przywiązania, poziom satysfakcji maleje, przy czym lękowo-ambiwalentny styl przywiązania do partnera jest silniej związany z satysfakcją z życia kobiet niż styl unikowy.

**Tabela 1.** Satysfakcja z życia w grupie kobiet o różnym stylu przywiązania w fazie narzeczeństwa (analiza regresji)

	R	R <sup>2</sup>	Błąd standardowy b	p
B	<b>0,289</b>	0,084	0,126	<b>0,02461</b>
LA	<b>-0,509</b>	0,260	0,113	<b>0,00003</b>
U	<b>-0,289</b>	0,084	0,126	<b>0,02482</b>

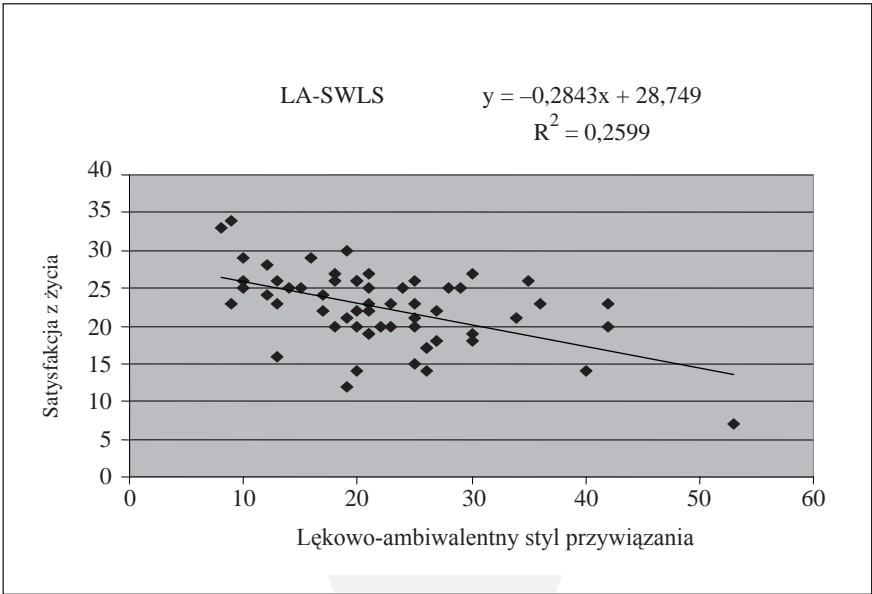


**Rysunek 1.** Związek satysfakcji z życia z bezpiecznym stylem przywiązania – faza narzeczeństwa



**Rysunek 2.** Związek satysfakcji z życia z unikowym stylem przywiązania – faza narzeczeństwa





**Rysunek 3.** Związek satysfakcji z życia z lękowo-ambiwalentnym stylem przywiązania – faza narzeczeństwa

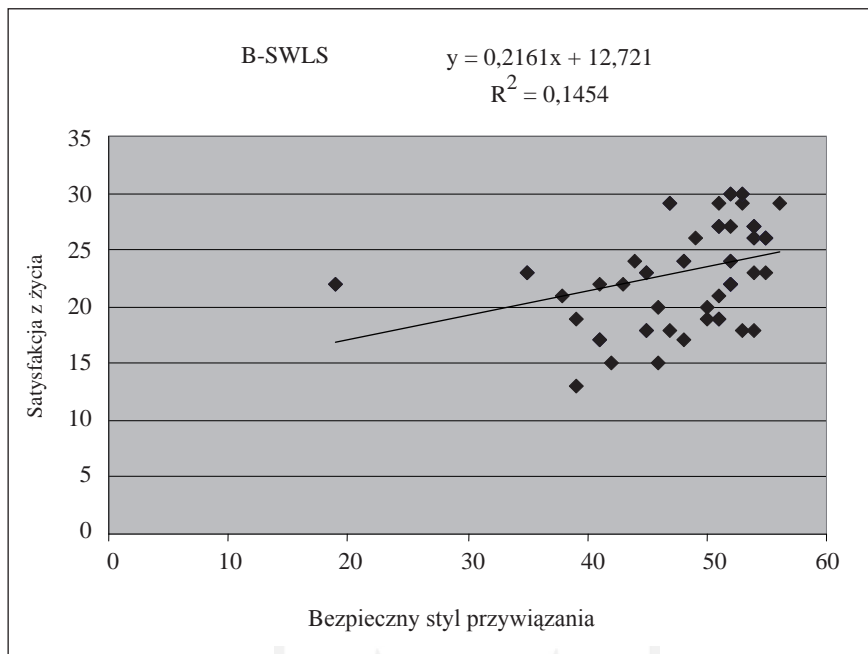
Grupa II. Kobiety w fazie kształtowania się więzi małżeńskiej

Analiza statystyczna wyników grupy kobiet w fazie kształtowania się więzi małżeńskiej wykazała, że istnieje związek między bezpiecznym stylem przywiązania do partnera

a poziomem satysfakcji z życia kobiet. Im wyższy poziom bezpiecznego stylu przywiązania do partnera, tym wyższy poziom satysfakcji kobiet. Związek pozostałych stylów przywiązania z satysfakcją z życia okazał się nieistotny statystycznie.

**Tabela 2.** Satysfakcja z życia w grupie kobiet w fazie kształtowania się więzi małżeńskiej (analiza regresji)

	R	R <sup>2</sup>	Błąd standardowy b	p
B	<b>0,381</b>	0,145	0,121	<b>0,0026</b>
LA	-0,001	0,00001	0,131	0,9931
U	-0,052	0,0027	0,131	0,6948



**Rysunek 4.** Związek satysfakcji z życia z bezpiecznym stylem przywiązania – faza kształtowania się więzi małżeńskiej

Grupa III. Kobiety w fazie rozwoju postaw rodzicielskich

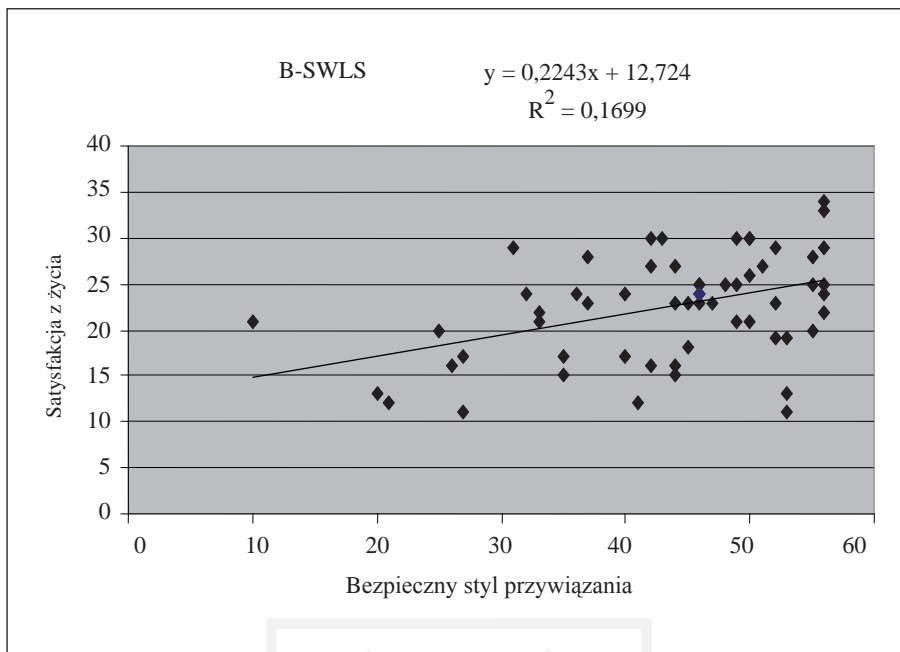
Analiza statystyczna przeprowadzona w grupie kobiet w fazie rozwoju rodziny związanej z rozbudowywaniem postaw rodzicielskich wykazała istotny związek pomiędzy bezpiecznym i unikowym stylem przywiązania a poziomem satysfakcji z życia kobiet.

Im wyższy poziom bezpiecznego przywiązania, tym większa satysfakcja z życia kobiet. Im wyższy poziom unikowego stylu przywiązania, tym niższy poziom satysfakcji z życia.

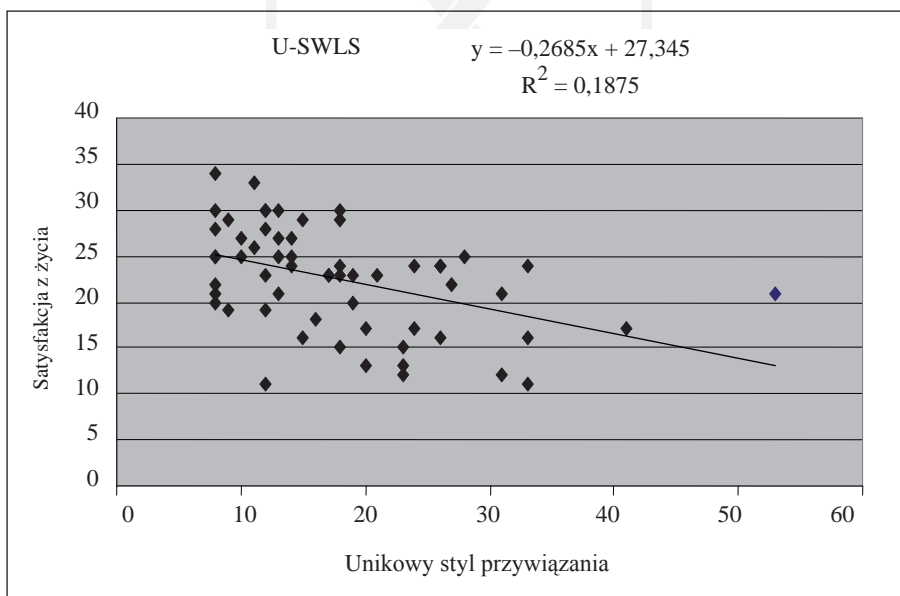
Pozostałe analizowane zmienne pozostają w tej grupie bez związku z satysfakcją z życia kobiet.

**Tabela 3.** Satysfakcja z życia w grupie kobiet w fazie rozwoju postaw rodzicielskich (analiza regresji)

	R	R <sup>2</sup>	Błąd standardowy b	p
B	<b>0,412</b>	0,169	0,119	<b>0,001</b>
LA	-0,118	0,139	0,130	0,368
U	<b>-0,433</b>	0,187	0,118	<b>0,0005</b>



**Rysunek 5.** Związek satysfakcji z życia z bezpiecznym stylem przywiązania – faza rozwoju postaw rodzicielskich



**Rysunek 6.** Związek satysfakcji z życia z unikowym stylem przywiązania – faza rozwoju postaw rodzicielskich

**Tabela 4.** Zestawienie współczynników regresji obrazujących związek satysfakcji z życia ze stylem przywiązania dla poszczególnych grup pozostających w różnych fazach rozwoju rodziny

Satysfakcja z życia	Grupa I	Grupa II	Grupa III
B	<b>0,289</b>	<b>0,381</b>	<b>0,412</b>
LA	<b>-0,509</b>	-0,001	-0,118
U	<b>-0,289</b>	-0,052	<b>0,433</b>

Analizy statystyczne wykazały związek bezpiecznego stylu przywiązania z satysfakcją z życia na wszystkich etapach rozwoju rodziny, przy czym odnotowuje się wzrost znaczenia bezpiecznego stylu przywiązania w kolejnych fazach rozwojowych.

Unikowy styl przywiązania jest związany z satysfakcją z życia wśród narzeczonych i kobiet w fazie rozwoju postaw rodzicielskich. Satysfakcja z życia spada wraz ze wzrostem poziomu tego stylu przywiązania i, podobnie jak w wypadku stylu bezpiecznego, siła jego związku z satysfakcją rośnie na kolejnych etapach rozwoju rodziny. Styl lękowo-ambiwalentny oraz wiek są negatywnie skorelowane z satysfakcją w życiu jedynie w okresie kształtowania się więzi małżeńskiej.

Wszystkie korelacje przyjmują wartość umiarkowaną. Wyjątek stanowi związek między zmienną satysfakcji z życia młodych kobiet w fazie narzeczeństwa a poziomem lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania. W tym wypadku lękowo-ambiwalentny styl przywiązania objaśnia 26% wariancji zmiennej satysfakcji z życia.

Badania wykazały, że:

1. Istnieje związek między poziomem bezpiecznego i unikowego stylu przywiązania a satysfakcją z życia młodych kobiet w fazie narzeczeństwa oraz w fazie rozbudowywania i rozwoju postaw rodzicielskich.

2. Istnieje związek między poziomem lękowo-ambiwalentnego stylu przywiązania a satysfakcją z życia młodych kobiet w fazie narzeczeństwa.

3. Istnieje związek między bezpiecznym stylem przywiązania do partnera a poziomem satysfakcji z życia kobiet w fazie kształtowania się więzi małżeńskiej.

## DYSKUSJA

Przeprowadzone badania pozwoliły uchwycić zależności pomiędzy reprezentowanym stylem przywiązania a ogólną satysfakcją z życia młodych kobiet żyjących w związkach partnerskich. Dostarczają one podstaw do sformułowania następującego wniosku: styl przywiązania młodych kobiet do partnera jest związany z satysfakcją z życia, jednak związek ten jest różny w kolejnych fazach rozwoju rodziny.

Nie we wszystkich grupach wystąpiły spodziewane zależności pomiędzy reprezentowanym stylem przywiązania a satysfakcją z życia. Oczekiwane rezultaty potwierdziły się w grupie narzeczonych. Odnotowano tu związek wszystkich trzech stylów przywiązania z satysfakcją z życia. W grupie kobiet w fazie narzeczeństwa ujawniających bezpieczny styl przywiązania stwierdzono wyższy poziom satysfakcji niż w grupie kobiet ujawniających style pozabezpieczane. W grupie kobiet w fazie kształtowania się więzi małżeńskiej pozytywna korelacja dotyczy jedynie związku satysfakcji z życia z bezpiecznym stylem przywiązania. W okresie rozwoju postaw rodzicielskich odnotowano pozytywny związek bezpiecznego stylu przywiązania i negatywny związek unikowego stylu przywiązania z satysfakcją, jaką czerpią z życia młode kobiety. Uzyskane rezultaty są zatem częściowo zgodne z wynikami wcześniejszych badań przeprowadzonych przez Płopę (2005b) i Roberta Frankena (2005). Jednocześnie badania potwierdziły założony i udowodniony wcześniej (por. Salovy, Sluyter, 1999; Franken, 2005; Kuczyńska, 1998) pozytywny wpływ bezpiecznego stylu przywiązania na funkcjonowanie jednostki oraz negatywne oddziaływanie w tym obszarze stylów pozabezpiecznych: lękowo-ambiwalentnego i unikowego.

Badania wskazują, że osoby charakteryzujące się bezpiecznym stylem przywiązania czerpią ze związku satysfakcję, mają poczucie stabilności, intymności i wykazują skłonność do zwierzania się. W stresie zwracają się do partnera o pomoc. Charakteryzują się ufnością w stosunku do innych ludzi, odczuwają bardziej pozytywne emocje w kontaktach z płcią przeciwną. Wszystko to skutkuje lepszym niż u osób charakteryzujących się innymi stylami przywiązania przystosowaniem do funkcjonowania w rolach pozamażeńskich, które również stanowią dla młodych dorosłych źródło satysfakcji (Plopa, 2005a). Pozabezpieczne style przywiązania wiążą się natomiast z gorszym przystosowaniem i odczuwaniem niższego poziomu zadowolenia w relacji z innymi ludźmi. Robert Cialdini i inni w badaniach z 2002 roku (za: Kazimierczak, Plopa, 2006) wykazali, że osoby o niepewnym stylu przywiązania cechują się niskim poczuciem własnej wartości i niskim poczuciem skuteczności. Niska satysfakcja z życia może zatem wiązać się z poczuciem lęku i obawy przed ewentualnym porzuceniem przez partnera ze względu na niskie poczucie wartości, a być może także stanowi wyraz poczucia małej atrakcyjności, w tym także seksualnej.

Warte wyjaśnienia są również różnice zależności stylu przywiązania i satysfakcji z życia pojawiające się między poszczególnymi grupami osób badanych. Odnotowany w grupie młodych kobiet w fazie narzeczeństwa istotny związek wszystkich trzech stylów przywiązania z satysfakcją z życia może być wiązany z faktem, że w początkowej fazie rozwoju rodziny znalezienie współmałżonka i uczenie się współżycia z nim należą do najistotniejszych zadań rozwojowych, przed jakimi staje młody dorosły (Havighurst, 1981). Podjęcie ról małżeńskich jest, zgodnie z literaturą przedmiotu, wymogiem społecznym wobec osoby uznanej za dorosłą i ma istotne znaczenie dla rozwoju indywidualnego (Liberska, Matuszewska, 2006). Zatem jakość związku małżeńskiego, w tym styl przywiązania do partnera, może stanowić jeden z ważniejszych predyktorów satysfakcji czerpanej z życia.

W kolejnej fazie rozwoju rodziny – fazie kształtowania się więzi małżeńskiej, która trwa od ślubu do narodzin pierwszego dziecka, obserwuje się jedynie związek bezpiecznego stylu przywiązania z satysfakcją z życia kobiety. Styl ten wiąże się ze wzrostem ogólnej satysfakcji z życia. Można przypuszczać, że kobiety uzyskujące zapewnienie o uczuciach partnera w postaci aktu małżeństwa przestają przywiązywać tak dużą wagę do jakości związku. Bezpieczny styl przywiązania jest związany z podniesieniem jakości ich życia, jednak na obecnym etapie badań nie można odrzucić przypuszczenia, że negatywny wpływ pozabezpiecznych stylów przywiązania może być skutecznie kompensowany przez sukcesy w innych sferach życia, co zabezpiecza dobrostan kobiety. Zrealizowanie pewnych zadań, takich jak znalezienie partnera i ustabilizowanie własnych relacji z nim, powoduje, że uwaga kobiety kieruje się ku innym zadaniom rozwojowym i innym sferom aktywności. Dla współczesnej kobiety bardzo ważna jest między innymi sfera aktywności zawodowej (Ziółkowska, 2005) i nie można wykluczyć, że zaangażowanie o charakterze zawodowym prowadzi do czasowej zmiany struktury wartości – w konsekwencji życie małżeńskie spada na niższą pozycję w hierarchii wartości.

Z kolei na etapie rozwoju postaw rodzicielskich, a zatem po narodzinach pierwszego dziecka, kobieta ponownie poszukuje silniejszego oparcia w partnerze. Być może dlatego związek unikowego stylu przywiązania z satysfakcją z życia staje się ponownie istotny.

Jak wcześniej wspomniano, bezpieczny styl przywiązania okazał się związany z satysfakcją z życia młodych dorosłych kobiet na wszystkich etapach rozwoju rodziny. Pojawia się pytanie, dlaczego siła związku stylu przywiązania z satysfakcją z życia spada w kolejnych fazach rozwoju rodziny. Przyczyną wystąpienia wyżej opisanej zależności może być ujawniająca się u kobiet w późniejszych okresach życia potrzeba autonomii. Istnieje prawdopodobieństwo, że kobiety pewne przyszłości swojego związku (a zatem te, które są już po ślubie) pragną dokonywać własnej, indy-



widualnej interpretacji świata, aby zrealizować posiadany potencjał (Obuchowski, 2001), którego realizacja wymaga koncentracji na sobie, a nie na relacji partnerskiej. Opisywana interpretacja znajduje również potwierdzenie w teorii rozwoju osobowości Eriksona. W świetle tej koncepcji w okresie wczesnej dorosłości młodzi ludzie są skłonni do połączenia swej tożsamości z innymi i poszukiwają bliskich związków, partnerstwa i afiliacji. Styl przywiązania stanowi zatem dobry predyktor jakości związku, ale i jakości życia. Późniejszy okres życia, a zatem i rozwoju rodziny, stanowi natomiast czas rozwiązywania kryzysu między produktywnością a stagnacją,

a pomyślnemu jego rozwiązaniu może sprzyjać rozwój autonomii u kobiet, dla których relacja z partnerem pozostaje ważna, ale nie odpowiada w tak dużym stopniu za poziom satysfakcji z życia (Hall, Lindzey, Campbell, 2004). Zatem powyższe wyjaśnienie wskazywałoby na ogólny spadek znaczenia jako takiego przywiązania do partnera dla satysfakcji czerpanej z życia.

Prezentowane wyniki badań wskazują na konieczność dalszej eksploracji i analizy problemu związku stylu przywiązania do partnera z satysfakcją z życia oraz konsekwencji, jakie ów związek może mieć dla innych sfer funkcjonowania jednostki.

## BIBLIOGRAFIA

- Aronson E., Wilson T., Akert R. (2006), *Psychologia społeczna*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Bowlby J. (2007), *Przywiązanie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Boyd D., Bee H. (2008), *Psychologia rozwoju człowieka*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Franken R. (2005), *Psychologia motywacji*. Gdańsk: GWP.
- Gurba E. (2005), *Wczesna dorosłość* [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.). *Psychologia rozwoju człowieka*. Tom 2. *Charakterystyka okresów życia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hall C.S., Lindzey G., Campbell J.B. (2004), *Teorie osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Havighurst R.J. (1981), *Developmental Tasks and education*. New York: Longmans.
- Juczyński Z. (2001), *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: PTP.
- Kazimierzczak M., Płopa M. (2006), Style przywiązania partnerów a jakość ich komunikacji w małżeństwie [w:] H. Liberska (red.). *Wybrane aspekty rozwoju społecznego człowieka w ciągu życia* (115–126). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kuczyńska A. (1998), *Sposób na bliski związek. Zachowania wiążące w procesie kształtowania się i utrzymywania więzi w bliskich związkach*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Liberska H., Matuszewska M. (2006), *Role małżeńskie w procesie rozwoju dorosłych* [w:] red. H. Liberska. *Psychologia rozwojowa, Wybrane aspekty rozwoju społecznego w ciągu życia*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Obuchowski K. (2001b), *Od przedmiotu do podmiotu*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Akademii Bydgoskiej.
- Płopa M. (2005a), *Psychologia rodziny. Teoria i badania*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Płopa M., (2005b), *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Rostowski J. (2003), *Style przywiązania a kształtowanie się związków interpersonalnych w rodzinie* [w:] I. Janicka, T. Rostowska (red.). *Psychologia w służbie rodziny*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Salovey P., Sluyter D. (red.) (1999), *Rozwój emocjonalny a inteligencja emocjonalna*. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
- Schaffer H.R. (2007), *Psychologia dziecka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sztompka P. (2005), *Socjologia*. Kraków: Znak.
- Wojciszke B. (2004), *Psychologia miłości*. Gdańsk: GWP.

- Wojciszke B. (2005), *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.
- Zazzo R. (red.) (1978), *Przywiązanie. Ujęcie interdyscyplinarne*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Ziółkowska B. (2005), *Okres wczesnej dorosłości. Jak rozpoznać potencjał młodych dorosłych?* [w:] A.I. Brzezińska (red.). *Psychologiczne portrety człowieka*. Gdańsk: GWP.

